సాక్షి
శ్రీసత్యసాయి జిల్లా

ఆదివారం । 10 । మార్చి । 2024



చీనీ టన్ను రూ.21 వేలు

అనంతపురం మార్కెట్‌యార్డులో శనివారం చీనీకాయలు టన్ను గరిష్ట ధర రూ.21 వేలు పలికాయి. కనిష్టం రూ.10 వేలు, సరాసరి రూ.15 వేల ప్రకారం విక్రయాలు జరిగాయి.



వాహనం బోల్తా : కూలీ మృతి

తాడిమర్రి మండలం చిల్లకొండయ్యపల్లి సమీపంలో శనివారం కూలీలతో వెళుతున్న వాహనం బోల్తాపడి ఒకరు మృతి చెందగా ముగ్గురికి తీవ్ర గాయాలయ్యాయి. IIలో



జిల్లాలో శనివారం ఉష్ణోగ్రతలు స్థిరంగా నమోదయ్యాయి. వేసవితాపం కొనసాగింది. తూర్పు దిశగా గాలులు గంటకు 6 నుంచి 10 కిలో మీటర్ల వేగంతో వీచాయి.

కొలువుల జాతర





ఇక్కడ కనిపిస్తున్న వ్యక్తి పేరు ఆనంద్. 1998 డీఎస్సీ ఉత్తీర్ణత సాధించారు. అయినా ఉద్యోగం మాత్రం దక్క లేదు. నిరాశా నిస్పృహలకు లోనై భార్యా, పిల్లలతో సహా బెంగళూరు వలస వెళ్లి చిన్న ఉద్యోగం చేసుకునేవారు. వైఎస్ జగన్ ముఖ్య మంత్రిగా బాధ్యతలు చేపట్టిన తర్వాత 1998 డీఎస్సీ అభ్యర్థులకు మినిమమ్ టైమ్ స్కేల్‌తో ఎస్జీటీగా అవకాశం ఇచ్చారు. ఆనంద్‌ను ఉద్యోగం వరించడంతో కుటుంబంలో వెలుగులు నిండాయి. ప్రస్తుతం గోరంట్ల మండలం గుంటిపల్లిలో ఆయన పనిచేస్తున్నారు. జగనన్నకు జీవితాంతం రుణపడి ఉంటామని ఆనంద్‌తో పాటు కుటుంబ సభ్యులు హర్షం వ్యక్తం చేస్తున్నారు.

- అప్పట్లో ఇంటికో ఉద్యోగం ఇస్తానని మోసగించిన చంద్రబాబు
- వైఎస్సార్‌సీపీ అధికారంలోకి వచ్చిన తర్వాత భారీగా ఉద్యోగ నియామకాలు
- జిల్లాలో 19 వేల మందికి ఉద్యోగాలు
- రెగ్యులర్ పోస్టుల భర్తీ పై యువత హర్షం

'బాబు వస్తేనే జాబు వస్తుంది' అంటూ 2014 ఎన్నికలకు ముందు టీడీపీ వాగ్దానాలు చేసింది. అధికారంలోకి వచ్చిన తర్వాత ఉద్యోగాలు భర్తీ చేయకుండా నిరుద్యోగులను వంచించింది. అయితే వైఎస్ జగన్ ముఖ్యమంత్రిగా బాధ్యతలు స్వీకరించిన వెంటనే గ్రామ/వార్డు సచివాలయ వ్యవస్థ ద్వారా ఎంతో మంది నిరుద్యోగుల జీవితాల్లో వెలుగులు నింపారు. గతంలో ఏళ్ల తరబడి నోటిఫికేషన్ల కోసం నిరీక్షించాల్సి వచ్చేది. ప్రభుత్వ ఉద్యోగమే లక్ష్యమని కలలు కన్నవారికి పైసా ఖర్చులేకుండా, ఎవరి సిఫార్సూ అవసరం లేకుండా ఉన్నతస్థాయిని అందించింది వైఎస్సార్‌సీపీ సర్కారు.



స్కిల్‌డెవలప్‌మెంట్ ఆధ్వర్యంలో నిర్వహించిన జాబ్‌మేళాలో ఉద్యోగాలు సాధించిన యువత (ఫైల్)

పుట్టపర్తి అర్బన్: యువతకు ప్రభుత్వ ఉద్యోగం సాధించడం నిన్నటి వరకు ఒక కలగా ఉండేది. ప్రస్తుత వైఎస్సార్‌సీపీ ప్రభుత్వంలో యువత కల సాకారానికి బాటలు పడ్డాయి. ఎన్నడూ లేని విధంగా ఉద్యోగావకాశాలు కల్పిస్తోంది. పలు నోటిఫికేషన్ల ద్వారా శ్రీసత్యసాయి జిల్లాలో ఏకంగా 19 వేల మందికి పైగా ఉద్యోగావకాశాలు కల్పించింది. దీంతో ఆయా కుటుంబాల్లో వెలుగులు నింపింది.

గతంలో ఉద్యోగాల పేరుతో బురిడీ

2014 ఎన్నికలకు ముందు ఇంటికో ఉద్యోగం అంటూ టీడీపీ అధినేత చంద్రబాబు ప్రచారం చేశారు. బాబు వస్తేనే జాబు వస్తుందని రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా ఊదరగొట్టారు. ఎన్నికల్లో గెలిచిన తర్వాత ఒక్క ఉద్యోగం కూడా భర్తీ చేయకుండా నిరుద్యోగులను నట్టేట ముంచారు.

నేడు నిరుద్యోగుల జీవితాల్లో వెలుగు

2019 ఎన్నికల సమయంలో ఇచ్చిన మాటకు కట్టుబడి వైఎస్ జగన్‌మోహన్‌రెడ్డి సీఎం అయిన వెంటనే గ్రామ/వార్డు సచివాలయాల ద్వారా రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా దాదాపు లక్షన్నర మంది యువతకు ఉద్యోగాలు ఇచ్చారు. ఇందులో జిల్లాకు చెందిన 4,480 మంది కూడా ఉన్నారు. మరోవైపు ఉద్యోగం వస్తుందని కోటి ఆశలతో వేచిచూసిన 2008, 1998 డీఎస్సీ అభ్యర్థులకు కూడా న్యాయం చేస్తూ ఉద్యోగాలు కల్పించారు. దీంతో జిల్లాలో 658 మందికి ఉపాధ్యాయ ఉద్యోగాలు, 34 మందికి ఐఈఆర్టీలుగా అవకాశం దక్కింది.

వైద్యారోగ్యశాఖలో రికార్డుస్థాయిలో..

ప్రజలందరికీ మెరుగైన వైద్యం అందజేయాలనే ఉద్దేశంతో రాష్ట్ర ప్రభుత్వం వైద్య ఆరోగ్య శాఖలో రికార్డుస్థాయిలో ఉద్యోగాలు భర్తీ చేసింది. ఎంఎల్‌హెచ్‌పీలుగా 177 మందికి, మెడికల్ ఆఫీసర్లుగా 76 మంది, స్టాఫ్ నర్సులుగా 67 మందికి, ఆశాలుగా 48 మందికి ఉద్యోగాలు దక్కాయి. ఇక పట్టణ వైద్య ఆరోగ్య కేంద్రాల్లో 37 ఫార్మసిస్ట్, 40 ఎంఎన్‌ఓ, 10 రేడియాలజీ, 40 ల్యాబ్ టెక్నీషియన్, 33 థియేటర్ అసిస్టెంట్, 38 మలేరియా అసిస్టెంట్, 50 ప్లంబర్, 50 జీడీఏ, 719 కౌన్సిలర్, అటెండర్ ఉద్యోగాలు భర్తీ చేశారు.

సచివాలయాల్లో 4,480 ఉద్యోగాలు

గ్రామ/వార్డు సచివాలయాలు ఏర్పాటు చేసి ఎన్నో ఉద్యోగాలు కల్పించారు. పంచాయతీ సెక్రెటరీ, డిజిటల్ అసిస్టెంట్, వెల్ఫేర్ అసిస్టెంట్, వీఆర్‌ఓ, విలేజ్ సర్వేయర్, అగ్రికల్చర్ అసిస్టెంట్, ఇంజనీరింగ్ అసిస్టెంట్, ఏఎన్‌ఎం, మహిళా పోలీస్, వెటర్నరీ అసిస్టెంట్, ఎనర్జీ అసిస్టెంట్లుగా జిల్లాలో సుమారు 4,480 మందికి ఉద్యోగాలు లభించాయి.

9,343 మంది వలంటీర్ల నియామకం

సచివాలయాల పరిధిలో ప్రతి 50 ఇళ్లకు ఒక వలంటీర్‌ను నియమించారు. అలా జిల్లా వ్యాప్తంగా 9,343 మంది వలంటీర్లు ప్రజలకు సేవలందిస్తున్నారు.

వైఎస్సార్‌సీపీ ప్రభుత్వంలో జిల్లాలో భర్తీ చేసిన ఉద్యోగాలు

శాఖ	ఉద్యోగాల సంఖ్య
గ్రామ/వార్డు సచివాలయాలు	4,480
టీచర్ పోస్టులు (2008, 1998 డీఎస్సీలు)	692
వైద్య ఆరోగ్యశాఖ	719
గ్రూప్-4 ఉద్యోగాలు	27
ఐసీడీఎస్	471
పశు వైద్య శాఖ	163
జిల్లా నైపుణ్యాభివృద్ధి సంస్థ ద్వారా	2,758
వలంటీర్లు	9,343
ఎండీయూ వాహన డ్రైవర్లు	349
మొత్తం	19,011

వివిధ శాఖల్లో...

- ఐసీడీఎస్‌లో 69 అంగన్‌వాడీ కార్యకర్త, 319 ఆయా, 29 మినీ కార్యకర్త, 25 ఐసీపీఎస్, 10 సూపర్‌వైజర్ పోస్టులతో పాటు వన్‌స్టాప్ సెంటర్లలో 13, ఐఎస్ఎస్ఎంపీ పోస్టులు 6 భర్తీ చేశారు.
- ఇటీవల విడుదల చేసిన గ్రూప్-4లో 27 మందికి తహసీల్దార్ కార్యాలయాల్లో కంప్యూటర్ అసిస్టెంట్లుగా అవకాశం కల్పించారు.
- పశువైద్య శాఖలో భాగంగా పశుసంవర్థక శాఖ అసిస్టెంట్లుగా 163 మందిని నియమించారు.
- జిల్లా నైపుణ్యాభివృద్ధి సంస్థ ఆధ్వర్యంలో 2021–24 మధ్య కాలంలో సుమారు 2,758 మందికి ఉద్యోగావకాశాలు కల్పించారు.
- అలాగే చౌక దుకాణాల నుంచి రేషన్ సరుకులను ఇళ్ల వద్దకే అందజేయడానికి ప్రభుత్వం ఎండీయూ వాహనాలు సమకూర్చింది. ఈ విభాగంలో 349 వాహనాలకు గాను 349 మంది డ్రైవర్లుగా గుర్తించి ఉద్యోగావకాశాలు కల్పించారు.

తరచూ ఉద్యోగ నోటిఫికేషన్లు



వలంటీర్‌గా పనిచేస్తూనే గ్రూప్స్‌కు సిద్ధమయ్యాను. ఇటీవల విడుదల చేసిన గ్రూప్-4 ఫలితాల్లో నాకు ఉద్యోగం వచ్చింది. ప్రభుత్వ ఉద్యోగం సాధించడంతో చాలా ఆనందంగా ఉంది. తరచూ నోటిఫిషన్లు ఇస్తుండటంతో నాలాంటి వాళ్లకు ఉద్యోగావకాశాలు లభిస్తున్నాయి. సీఎం వైఎస్ జగన్‌కు కృతజ్ఞతలు.

– శిరీష, కంప్యూటర్ అసిస్టెంట్, చిలమత్తూరు

పదోన్నతుల ఘనత జగన్‌దే



అంగన్‌వాడీలకు ఐసీడీఎస్ సూపర్‌వైజర్లుగా పదోన్నతులు కల్పించిన ఘనత జగనన్నదే. ఎంతో కాలంగా ఎదురు చూస్తున్న పదోన్నతులు రావడంతో నాకు అవకాశం దక్కింది. రూపాయి ఖర్చు లేకుండా ఇంటర్వ్యూల ద్వారా సూపర్‌వైజర్‌గా ప్రమోషన్ అందుకున్నాను. అంగన్‌వాడీ కేంద్రాల్లో ఎన్నో వసతులు కల్పించారు. వైఎస్సార్ కిట్‌తో పోషకాహారమందజేస్తున్నారు.

– శ్రీదేవి, ఐసీడీఎస్ సూపర్‌వైజర్, బత్తలపల్లి

చెప్పాడంటే చేస్తాడంతే..



ఎన్నికల్లో యువతకు లక్షలాది ఉద్యోగాలు ఇస్తానని జగన్‌మోహన్‌రెడ్డి మాట ఇచ్చారు. ముఖ్యమంత్రిగా బాధ్యతలు చేపట్టిన వెంటనే సచివాలయ వ్యవస్థను తీసుకొచ్చి ఉద్యోగావకాశాలు కల్పించారు. ఒక్కో సచివాలయంలో 10 మందికి ఉద్యోగాలు ఇచ్చారు. ఇంత కంటే ఇంకేమి కావాలి? గత ప్రభుత్వాలు ఉద్యోగాలు ఇస్తామని చెప్పి ఒక్కటీ ఇవ్వకుండా మోసగించాయి. కానీ ఇచ్చిన మాట తప్పకుండా వైఎస్ జగన్ నిరుద్యోగులకు అండగా నిలుస్తూ ఉద్యోగాలను భర్తీచేస్తుండటం హర్షణీయం.

– లత, వార్డు వెల్ఫేర్ సెక్రెటరీ, పుట్టపర్తి

న్యూస్‌రీల్

12 నుంచి గుల్బర్గా-బెంగళూరు మార్గంలో 'వందే భారత్'



గుంతకల్లు: గుల్బర్గా–బెంగళూరు మార్గంలో ఈ నెల 12 నుంచి వందేభారత్ ఎక్స్‌ప్రెస్ రైలు రాకపోకలు సాగించనున్నట్లు స్థానిక రైల్వే డివిజన్ కార్యాలయ వర్గాలు తెలిపాయి. 12న గుల్బర్గా జంక్షన్ నుంచి రైలు (22231) ఉదయం 5.15 గంటలకు బయలుదేరుతుందన్నారు. వాడి జంక్షన్‌కు 5.40 గంటలకు, రాయచూరుకు 6.53 గంటలకు, మంత్రాలయం 7.08, గుంతకల్లు జంక్షన్‌కు 8.25, అనంతపురం 9.28, ధర్మవరం జంక్షన్ 10.50, యలహంక జంక్షన్ మధ్యాహ్నం 12.45 గంటలకు బెంగళూరు జంక్షన్‌కు మధ్యాహ్నం 2 గంటలకు చేరుతుందన్నారు. తిరిగి అక్కడి నుంచి మధ్యాహ్నం 2.40కు బయలుదేరి యలహంక-3.08 గంటలకు, ధర్మవరం జంక్షన్ సాయంత్రం 5.45, అనంతపురం 5.58, గుంతకల్లు జంక్షన్ 7 గంటలకు, మంత్రాలయం రోడ్డుకు రాత్రి 8.10, రాయచూర్‌కు 8.45, వాడీ జంక్షన్ 11.05, గుల్బర్గాకు రాత్రి 11.30 గంటలకు చేరుతుందన్నారు. గురు, శుక్రవారాల్లో రైలు రాకపోకలు సాగించదని వెల్లడించారు. ప్రయాణికులు సద్వినియోగం చేసుకోవాలని పిలుపునిచ్చారు.

మృత్యు గీత

- వేడి నూనెలో పడి చిన్నారి మృతి



గీత (ఫైల్)

పరిగి: అభం శుభం తెలియని చిన్నారిని కాగిన వంట నూనె రూపంలో మృత్యువు కబళించింది. ఏడాదిన్నరకే నూరేళ్లు నిండాయి. పరిగి మండల కేంద్రంలో ఈ సంఘటన జరిగింది. తమిళనాడు రాష్ట్రం ధర్మపురి జిల్లా కృష్ణగిరి ప్రాంతానికి చెందిన రామమూర్తి కుటుంబం బతుకుదెరువు కోసం కొన్నేళ్ల కిందట పరిగికి వలస వచ్చింది. సీతారాంపురం కాలనీలో మిక్చర్, స్వీట్ల తయారీ – విక్రయం ద్వారా కుటుంబాన్ని పోషించుకునేవారు. రామమూర్తికి ఏడాదిన్నర వయసున్న కుమార్తె గీత ఉంది. శుక్రవారం సాయంత్రం మిక్చర్ తయారు చేసిన తర్వాత బాన్లీలో మిగిలిన నూనెను కిందకు దించి పెట్టారు. కొద్దిసేపటి తర్వాత అటువైపు ఆడుకుంటూ వచ్చిన చిన్నారి గీత సలసల కాగుతున్న బాన్లీలోని వంటనూనెలో పడింది. వేడికి తట్టుకోలేక విలవిలలాడిన చిన్నారి గట్టిగా కేకలు వేసింది. లోపలి నుంచి పరిగెత్తుకుంటూ వచ్చిన రామమూర్తి.. కుమార్తెను బాన్లీలోంచి బయటకు తీసి హిందూపురం ప్రభుత్వాస్పత్రిలో ప్రథమ చికిత్స చేయించారు. ఆందోళనకరంగా ఉండటంతో స్వస్థలం కృష్ణగిరిలోని ఆస్పత్రికి తీసుకెళ్లారు. పరిస్థితి విషమించడంతో శనివారం వేకువజామున గీత మృతి చెందింది. బాధిత కుటుంబ సభ్యుల ఫిర్యాదు మేరకు కేసు నమోదు చేస్తామని పోలీసులు తెలిపారు.

రేపు అప్రెంటిస్‌షిప్ మేళా



పుట్టపర్తి: లేపాక్షిలోని ఐటీఐ కళాశాలలో ఈ నెల 11న పీఎంఎన్ఏఎం అప్రెంటిస్‌షిప్ మేళా నిర్వహించనున్నట్లు జిల్లా ఇంటర్మీడియెట్ విద్యాశాఖాధికారి రఘునాథరెడ్డి శనివారం తెలిపారు. ఐటీఐ, ఇంటర్మీడియెట్ ఒకేషనల్ గ్రూపుల్లో ఉత్తీర్ణులైన వారు ఈ మేళాలో పాల్గొనవచ్చన్నారు. విప్రో, కియా మోటార్స్, బజ్జర్ పెయింట్స్, రవిశంకర్ ఇండస్ట్రీస్, రోల్‌వెల్ ఇండస్ట్రీస్, హుందాయ్ మొబైల్స్, హుందాయ్ స్టీల్స్ కంపెనీల ప్రతినిధులు హాజరవుతారన్నారు. మరిన్ని వివరాల కోసం అప్రెంటిస్‌షిప్ అడ్వైజర్ ఓబులేసు 94904 45744, ప్రిన్సిపాల్, కన్వీనర్ రాయపరెడ్డి 94402 58629 నంబర్లలో సంప్రదించాలన్నారు.

బూటకపు బాబును నమ్మొద్దు

- మళ్లీ మోసపూరిత వాగ్దానాలే
- మంత్రి పెద్దిరెడ్డి రామచంద్రారెడ్డి ధ్వజం



మాట్లాడుతున్న మంత్రి పెద్దిరెడ్డి రామచంద్రారెడ్డి. చిత్రంలో పార్టీ సమయ్వయకర్తలు రంగయ్య, శంకర్‌నారాయణ

కళ్యాణదుర్గం: '2014 ఎన్నికల ముందు 600 హామీలు ఇచ్చి అధికారంలోకి వచ్చిన చంద్రబాబు ఒక్కటీ సరిగా అమలు చేయలేదు. ప్రజలకు మంచి చేసింది లేదు. ప్రస్తుత ఎన్నికల్లో మళ్లీ బూటకపు హామీలు కురిస్తున్నారు. అలాంటి వ్యక్తిని నమ్మితే ప్రజలు తమను తాము మోసం చేసుకున్నట్లే' అని వైఎస్సార్‌సీపీ రీజినల్ కో ఆర్డినేటర్, అనంతపురం జిల్లా ఇన్‌చార్జ్ మంత్రి పెద్దిరెడ్డి రామచంద్రారెడ్డి అన్నారు. కళ్యాణదుర్గం మార్కెట్ యార్డులో శనివారం నియోజకవర్గ వైఎస్సార్‌సీపీ సమన్వయకర్త, ఎంపీ తలారి రంగయ్య అధ్యక్షతన పార్టీ విస్తృత స్థాయి సమావేశం జరిగింది. మంత్రి పెద్దిరెడ్డి రామచంద్రారెడ్డి ముఖ్య అతిథిగా హాజరై మాట్లాడారు. మోసపూరిత వాగ్దానాలు, హామీలతో ప్రజలను వంచించేందుకు చంద్రబాబు వస్తున్నారన్నారు. సొంత నాయకులనే మోసం చేసిన ఘనుడు చంద్రబాబు అని విమర్శించారు. దేశంలోనే ఎక్కడా లేని విధంగా మన రాష్ట్రంలో సంక్షేమ పథకాలు అమలవుతున్నాయని స్పష్టం చేశారు. పథకాలు కొనసాగాలంటే మరోసారి వైఎస్ జగన్‌మోహన్‌రెడ్డిని ముఖ్యమంత్రి చేసుకోవాలని పిలుపునిచ్చారు. ఎంపీ తలారి రంగయ్య విద్యా వేత్త అని కొనియాడారు. డబ్బు లేకపోవచ్చు కానీ సంస్కారం ఉన్న వ్యక్తి అని చెప్పారు. ఇక్కడ టీడీపీ అభ్యర్థి బాగా డబ్బున్న వ్యక్తి అని గుర్తు చేశారు. డబ్బున్న సురేంద్రకు, డబ్బులేని రంగయ్యకు యుద్ధం జరుగుతోందని చెప్పారు. సురేంద్రతో నోటు తీసుకుని, రంగయ్యకు ఓటు వేసి గెలిపించాలని సూచించారు. ఎంపీ రంగయ్య మాట్లాడుతూ ఎన్ని పార్టీలు ఏకమై వచ్చినా కళ్యాణదుర్గంలో వైఎస్సార్‌సీపీ జెండా ఎగురుతుందన్నారు. తనతో ప్రజలు ఉన్నారని, సీఎం జగన్‌పై ఉన్న నమ్మకమే పార్టీని గెలిపిస్తుందన్నారు. ఇప్పటికే నియోజకవర్గంలో 96.01 శాతం కుటుంబాలకు నేరుగా సంక్షేమ పథకాలను అందించామన్నారు. ఇందుకు ఏకంగా రూ.4,147 కోట్లు ఖర్చు చేసినట్లు ఎంపీ తెలిపారు. నియోజకవర్గంలోని చెరువులకు తప్పకుండా నీరు తీసుకువస్తానని స్పష్టంచేశారు. పార్టీ అనంతపురం జిల్లా అధ్యక్షుడు పైలా నరసింహయ్య మాట్లాడుతూ ఉమ్మడి జిల్లాలో ఎంపీ, ఎమ్మెల్యే స్థానాలన్నింటినీ గెలిపించుకోవాల్సిన బాధ్యత మనందరిపై ఉందన్నారు. అనంతపురం పార్లమెంటు సమన్వయకర్త శంకర్‌నారాయణ మాట్లాడుతూ చంద్రబాబు తన దత్తపుత్రుడు పవన్, టీవీ5, ఏబీఎన్, ఆంధ్రజ్యోతిలను కాదని ఇప్పుడు ఢిల్లీలోని బీజేపీ నేతలతో గుంపుగా వచ్చినా ఏమీ చేయలేడన్నారు. ప్రతి కార్యకర్త క్రమశిక్షణతో పనిచేసి మరోసారి వైఎస్ జగన్‌మోహన్ రెడ్డిని ముఖ్యమంత్రిని చేయాలన్నారు. చంద్రబాబు గెలిస్తే రాష్ట్రంలో ఒక్క సంక్షేమం పథకం కూడా కొనసాగదని స్పష్టం చేశారు.

సంక్షేమ ప్రదాతను ఆశీర్వదించండి

రాయదుర్గం: పేదల సంక్షేమమే లక్ష్యంగా పాలన సాగించిన సీఎం వైఎస్ జగన్‌మోహన్ రెడ్డి మరోసారి ఆశీర్వదించాలని మంత్రి పెద్దిరెడ్డి రామచంద్రారెడ్డి పిలుపునిచ్చారు. శనివారం రాయదుర్గంలోని వైఎస్సార్‌సీపీ నియోజకవర్గ సమన్వయకర్త మెట్టు గోవిందరెడ్డి అధ్యక్షతన పార్టీ నాయకులు, కార్యకర్తలతో ఆత్మీయ సమావేశం నిర్వహించారు. ముఖ్య అతిథిగా హాజరైన మంత్రి పెద్దిరెడ్డి రామచంద్రారెడ్డి మాట్లాడుతూ రాజకీయాల్లో 40 ఏళ్ల ఇండస్ట్రీ అంటూ గొప్పలు చెప్పుకునే చంద్రబాబుకు సొంతంగా పోటీ చేసి గెలిచే సత్తా లేదన్నారు. బీజేపీతో పొత్తు కోసం కళ్లలో ఒత్తులు వేసుకుని ఎదురుచూసే స్థితికి దిగజారిపోయాడన్నారు. కార్యక్రమాల్లో ఎన్నికల పరిశీలకులు ఎంఆర్‌సీ రెడ్డి, ఎమ్మెల్సీ మంగమ్మ, పార్టీ జిల్లా అధ్యక్షుడు పైలా నరసింహయ్య, జెడ్పీ చైర్‌పర్సన్ బోయ గిరిజమ్మ, జిల్లా గ్రంథాలయ సంస్థ చైర్‌పర్సన్ ఉమాదేవి, ఏడీసీసీ బ్యాంక్ చైర్‌పర్సన్ లిఖిత, రజక కార్పొరేషన్ చైర్మన్ మీసాల రంగన్న, టీటీడీ బోర్డు మెంబర్ అశ్వర్థనాయక్, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

నాడు అవమానపరచి.. నేడు పొత్తా?

- బాబుది అవకాశవాద రాజకీయాలు
- మంత్రి ఉషశ్రీచరణ్ ఆగ్రహం



మాట్లాడుతున్న మంత్రి ఉషశ్రీ చరణ్

పెనుకొండ: చంద్రబాబు అధికారంలో ఉన్నపుడు ప్రధాని మోదీని, బీజేపీని అవమానపరచి.. నేడు అదే పార్టీతో పొత్తు పెట్టుకోవడం ఏమిటని మంత్రి ఉషశ్రీచరణ్ ప్రశ్నించారు. అవకాశవాద రాజకీయాలకు టీడీపీ అధినేత కేరాఫ్ అడ్రస్‌గా నిలిచారని ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. శనివారం ఆమె పెనుకొండలో విలేకరులతో మాట్లాడుతూ నాడు మోదీని అవమానించిన వారిలో ప్రధాన వ్యక్తి చంద్రబాబు అని, నల్ల దుస్తులతో నిరసనలు తెలిపి, కేంద్రం నుంచి సీబీఐని ఏపీలోకి రాకుండా అడ్డుకున్న వ్యక్తీ ఆయనేనని ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. అలాంటి అవకాశవాది ఢిల్లీలో బీజేపీ నాయకుల ప్రాపకం కోసం పాకులాడుతున్నారని, ఇంతకంటే సిగ్గు చేటు, దిగజారుడు రాజకీయం ఏముంటుందని వ్యాఖ్యానించారు. నిన్న, మొన్నటి వరకు జనసేన అధినేత పవన్ కళ్యాణ్‌ను ఎమ్మెల్యేగా నిలబడాలని చెప్పి.. నేడు ఎంపీగా పోటీ చేస్తారని ప్రచారం చేయడం వెనుక ఆయన అడ్రస్ గల్లంతు చేయడానికేనని చెప్పారు. ఈ కుతంత్రాన్ని పవన్ కళ్యాణ్ అర్థం చేసుకోవాలన్నారు. ఎవరు ఎన్ని జట్లుగా వచ్చినా జగనన్న విజయాన్ని అడ్డుకోలేరన్నారు. నమ్మకానికి జగనన్న ప్రతిరూపమని, ప్రజల గుండెల్లో చెరగని ముద్ర వేసుకున్నారన్నారు. రాష్ట్రంలో 175 సీట్లు వైఎస్సార్‌సీపీ కై వసం చేసుకుంటుందన్నారు. సమావేశంలో నగర పంచాయతీ చైర్మన్ ఉమర్ ఫారూక్‌ఖాన్, వైస్ చైర్మన్ సునీల్, పార్టీ కన్వీనర్ బోయనరసింహ, కౌన్సిలర్లు తయూబ్, రఘునాథరెడ్డి, సుధాకర రెడ్డి, రాము, కొండల రాయుడు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

వైభవంగా వీరభద్రస్వామి బ్రహ్మారథోత్సవం



అశేష భక్త జనసందోహం నడుమ సాగుతున్న వీరభద్రస్వామి రథోత్సవం

లేపాక్షి: ఓం నమఃశివాయ.. హరహర మహాదేవ శంభో శంకర.. అంటూ శివనామ స్మరణతో లేపాక్షి ప్రాంతం మార్మోగింది. మహాశివరాత్రిని పురస్కరించుకుని వీరభద్రస్వామి బ్రహ్మ రథోత్సవం శనివారం వైభవంగా నిర్వహించారు. ఆలయ కమిటీ చైర్మన్ కరణం రమానందన్, ఆలయ కార్యనిర్వహణాధికారి నరసింహమూర్తి పర్యవేక్షణలో ఆగమికులు సునీల్‌శర్మ ఆధ్వర్యంలో వేదపండితులు శాస్త్రోక్తంగా వేదమంత్రాలు, హోమాలు నిర్వహించారు. అనంతరం స్వామి వారికి మహామంగళ హారతి ఇచ్చి శివపార్వతుల ఉత్సవ విగ్రహాలను పల్లకీలో అధిష్టింపజేసి ఆలయం నుంచి రథం వరకు కేరళ మంగళ వాయిద్యాలు, మేళతాళాల నడుమ తీసుకొచ్చారు. రథంలో కొలువుదీర్చి పూజలు చేశారు. ఆ తర్వాత అశేష భక్త జనసందోహం నడుమ రథోత్సవాన్ని ప్రారంభించారు. సాయంత్రం ధూళోత్సవం నిర్వహించారు. కార్యక్రమంలో ఆలయ కమిటీ సభ్యులు, గ్రామ పెద్దలు, భక్తులు, అన్నదాన కమిటీ సభ్యులు పాల్గొన్నారు.

పలు రైళ్ల రద్దు, దారి మళ్లింపు

గుంతకల్లు: ట్రాఫిక్ బ్లాక్ కారణంగా గుంతకల్లు డివిజన్ పరిధిలో పలు రైళ్లను రద్దు చేయడంతో పాటు మరికొన్నింటిని దారి మళ్లించినట్లు దక్షిణ మధ్య రైల్వే చీఫ్ పబ్లిక్ రిలేషన్స్ ఆఫీసర్ సీహెచ్ రాకేష్ ఒక ప్రకటనలో తెలిపారు. గుంటూరు-సికింద్రాబాద్ (17253), సికింద్రాబాద్-గుంటూరు (17254), గుంటూరు-డోన్ (17228), డోన్-గుంటూరు (17227), కర్నూలుసిటీ-నంద్యాల (07499), నంద్యాల-కర్నూలు సిటీ (07498) రైళ్లను ఈ నెల 19 నుంచి 23 వరకూ రద్దు చేస్తున్నట్లు వివరించారు. హౌరా-శ్రీ సత్యసాయి ప్రశాంతి నిలయం ఎక్స్‌ప్రెస్ (22831) ఎక్స్‌ప్రెస్‌ను ఈ నెల 20న నంద్యాల, ఎర్రగుంట్ల, గుత్తిఫోర్ట్ మీదుగా దారి మళ్లించనున్నట్లు తెలిపారు. శ్రీ సత్యసాయి ప్రశాంతి నిలయం-హౌరా (22832) ఎక్స్‌ప్రెస్‌ను ఈ నెల 22న గుత్తి ఫోర్ట్, ఎర్రగుంట్ల, నంద్యాల మీదుగా దారి మళ్లిస్తామన్నారు. కాచిగూడ-మహబూబ్‌నగర్-కాచిగూడ ప్యాసింజర్ రైళ్లను ఈ నెల 12 నుంచి 19 వరకూ షాద్‌నగర్-మహబూబ్‌నగర్ మధ్య పాక్షికంగా రద్దు చేసినట్లు వివరించారు. ప్రయాణికులు సహకరించాలని విజ్ఞప్తి చేశారు.

క్లుప్తంగా

స్పెయిన్ దేశస్తుల పర్యటన



జీఎన్ పాళ్యం ప్రజలతో ముచ్చటిస్తున్న స్పెయిన్ బృందం

రొళ్ల: గిరేనాయకనపాళ్యంలో శనివారం 30 మందితో కూడిన స్పెయిన్ బృందం పర్యటించింది. ఈ సందర్భంగా గ్రామంలోని ఆంజనేయస్వామి ఆలయ ఆవరణలో ఆర్డీటీ మహిళా సంఘాల సభ్యులు, గ్రామస్తులతో ప్రత్యేకంగా సమావేశం నిర్వహించారు. సంఘం సభ్యులు ప్రతి నెలా పొదుపు కట్టుకుని సంఘాలను మరింత అభివృద్ధి చేసుకోవాలని, పిల్లలను ఉన్నత చదువులు చదివించాలని స్పెయిన్ దేశస్తులు సూచించారు. నిరుపేదల పిల్లలను గుర్తించి ఆర్డీటీ ద్వారా కార్పొరేట్ కళాశాలల్లో చేర్పించి ఉచిత విద్యను అందిస్తామన్నారు. సంస్థ తరుపున నిరుపేదలకు సేవలు సక్రమంగా అందుతున్నాయ లేదా అని ఆరా తీశారు. ఆ తర్వాత గ్రామాల్లో పర్యటించి ప్రజలతో ముచ్చటించారు. ఈ క్రమంలో హిందూ సంప్రదాయాలు, ఆచారాలు తదితర వాటిని స్పెయిన్ బృందం వారు ట్రాన్స్‌లేటర్ ద్వారా అడిగి తెలుసుకున్నారు. ఆర్డీ మల్లికార్జున, ఏటీఎల్ ఓబుళేష్, ఆర్డీటీ సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.

పరుషకు వెళుతూ.. మృత్యుఒడికి



మృతి చెందిన శైలజ

బత్తలపల్లి: ముదిగుబ్బ మండలం సంకేపల్లి సమీపంలోని వీరనారాయణ స్వామి పరుషకు బైక్‌పై వెళ్తున్న మహిళ రోడ్డు ప్రమాదంలో మృతి చెందింది. పోలీసులు తెలిపిన వివరాలు..చెన్నేకొత్తపల్లి మండలం న్యామద్దల గ్రామానికి చెందిన పార్నపల్లి మారుతి, శైలజ(29) దంపతులు వీరనారాయణస్వామి పరుషకు బైక్‌పై బయలుదేరారు. మండలంలోని కట్టకిందపల్లి వద్దకు చేరుకోగానే జాతీయ రహదారిపై రోడ్డుకు అడ్డంగా వచ్చిన బైక్ వీరి బైక్‌ను ఢీనడంతో ఎగిరి కిందపడ్డారు. శైలజ తలకు తీవ్రగాయాలయ్యాయి. మారుతి స్వల్ప గాయాలతో బయటపడ్డాడు. స్థానికులు ఆమెను 108లో ఆర్డీటీ ఆస్పత్రికి తరలించారు. అయితే ఆమె అప్పటికే మృతి చెందినట్లు వైద్యులు నిర్ధారించారు. వీరికి సంతానం లేదు. మృతురాలి భర్త ఫిర్యాదు మేరకు కేసు నమోదు చేసినట్లు హెడ్‌కానిస్టేబుల్ రామాంజనేయులు తెలిపారు.

పేకాటరాయుళ్ల అరెస్ట్

గాండ్లపెంట: కటారుపల్లి, బాపనవారిపల్లి పరిసరాల్లో తొమ్మిది మంది పేకాటరాయుళ్లను పోలీసులు అరెస్ట్ చేశారు. నిందితుల నుంచి రూ.11,250 నగదు స్వాధీనం చేసుకున్నట్లు ఎస్‌ఐ కృష్ణవేణి తెలిపారు.

కళాశాల నుంచి కార్ఖానాకు..

- కోర్సులోనే పరిశ్రమ అనుభవం
- పరిశ్రమల అవసరాలకు తగ్గట్టుగా తర్ఫీదు
- లాంగ్ టర్మ్ ఇంటర్న్‌షిప్‌లో విద్యార్థులకు స్టైఫండ్
- అదే కంపెనీలో కొలువు దక్కేలా చొరవ
- దేశ చరిత్రలోనే తొలిసారి రాష్ట్రంలో విప్లవాత్మక సంస్కరణలు
- ఇంజినీరింగ్, డిగ్రీ విద్యార్థులకు సువర్ణావకాశం
- ఇది వరకు ఫ్యూచర్స్ స్కిల్స్ పేరిట ప్రభుత్వ ఉన్నత పాఠశాలల్లో ఇంజినీరింగ్ విద్యార్థుల సాంకేతిక పాఠాలు



జేఎన్‌టీయూ అనంతపురం పాలక భవనం

అనంతపురం: ఒకప్పుడు ఇంజినీరింగ్ కోర్సు పూర్తి చేసినా, ఉద్యోగ అవకాశాలు దక్కాలంటే కంపెనీల చుట్టూ ప్రదక్షిణలు చేయాలి. ఏడాది, రెండేళ్ల పాటు బయట కోచింగ్ సెంటర్లలో శిక్షణ తీసుకోవాలి. ఇందుకు రూ.లక్షలు ఖర్చు చేయాల్సిన పరిస్థితి. అయినప్పటికీ కొలువు దక్కుతుందని నమ్మకం లేదు. ఇదంతా గతం. నేడు పరిస్థితులు పూర్తిగా మారిపోయాయి. ఇంజినీరింగ్ కోర్సు పూర్తి కాక ముందే రాష్ట్ర ప్రభుత్వం అవకాశాలు కల్పిస్తోంది. గతంలో ఇంటర్న్‌షిప్ అంటే తెలియని పరిస్థితి. కంపెనీల చుట్టూ విద్యార్థులు తిరిగితే ఉద్యోగాలు దక్కే పరిస్థితి నుంచి విద్యార్థుల చుట్టూ కంపెనీలే తిరిగే పరిస్థితికి వచ్చింది. ఇందుకు కారణం . పరిశ్రమల అవసరాలకు తగ్గట్టు విద్యార్థుల్లో నైపుణ్యాలు పెంపొదించడం. విద్యార్థుల కోర్సుకు సంబంధించి పూర్తి ఫీజు రీయింబర్స్‌మెంట్ ఇవ్వడం, వసతి కల్పించడం, కోర్సులో నాణ్యమైన నైపుణ్యాలు పెంపొందించడం, 10 నెలల కంపెనీ ఇంటర్న్‌షిప్ కల్పించడం ప్రతి అంశంలోనూ విద్యార్థికి చేదోడు వాదోడుగా ఉండడంతో కోర్సు పూర్తికాగానే ఉద్యోగాలు దక్కుతున్నాయి. కళాశాల నుంచి నేరుగా పరిశ్రమకు వెళ్తున్నారు.

దీర్ఘకాల ఇంటర్న్‌షిప్‌కు ఎంపిక

ఇంజినీరింగ్ విద్యార్థులకు దీర్ఘకాల ఇంటర్న్‌షిప్(లాంగ్ టర్మ్) కు ఎంపిక పూర్తయింది. రాష్ట్ర ప్రభుత్వం 30 కి పైగా ప్రపంచ స్థాయి సంస్థల్లో వర్చువల్‌గా, మరో 30 వేలకు పైగా ప్రభుత్వ, ప్రైవేట్ పరిశ్రమల ద్వారా ఇంటర్న్‌షిప్ కల్పిస్తోంది. ఇంటర్న్‌షిప్ కోసం ఉన్నత విద్యా మండలి పోర్టల్‌లో లెర్నింగ్ మేనేజ్‌మెంట్ సిస్టమ్ (ఎంఎల్ఎంఎస్) ఏర్పాటు చేశారు. జిల్లాల వారీగా గుర్తించిన సంస్థల వివరాలను అప్‌డేట్ చేస్తున్నారు. ఆ సంస్థలతో సమన్వయం చేసేందుకు జిల్లా కలెక్టర్, జాయింట్ కలెక్టర్ ఆధ్వర్యంలోని ప్రత్యేక కమిటీలను ప్రభుత్వం నియమించింది.

ప్రపంచ స్థాయి సంస్థలతో ఒప్పందం

విద్యార్థులు ఇంటర్న్‌షిప్ కోసం పరిశ్రమలు, ఐటీ సంస్థలు, ప్రముఖ వర్తక, వాణిజ్య సంస్థలతో సహా కోర్సులతో సంబంధం ఉన్న మైక్రో, స్మాల్, మీడియం, లార్జ్, మెగా సంస్థలను ప్రభుత్వం ఎంపిక చేసింది. వీటిలో మ్యానుఫ్యాక్చరింగ్‌తో పాటు సర్వీసు సంస్థలూ ఉన్నాయి. ఈ మేరకు ఉన్నత విద్యా మండలి జాతీయ, అంతర్జాతీయ సంస్థలతో ఒప్పందం చేసుకుంది. ఎల్ఎంఎస్-ఐఐసీ పోర్టల్‌లో వాటి వివరాలను అందుబాటులోకి తెచ్చింది. గూగుల్, మైక్రోసాఫ్ట్, ఐబీఎం, స్మార్ట్ ఇంటర్న్జ్, ఎక్సల్ ఆర్, సెలర్ అకాడమీ, సిస్కో, నేషనల్ స్టాక్ ఎక్స్ఛేంజీ, వాద్వాని ఫౌండేషన్, టీమ్ లీజ్ వంటి సంస్థల ద్వారా ఇంటర్న్‌షిప్ అందిస్తోంది.

జేఎన్‌టీయూ పరిధిలో 912 మందికి అవకాశం

జేఎన్‌టీయూ అనంతపురం పరిధిలో మొత్తం 912 మంది ఇంజినీరింగ్ విద్యార్థులకు ఇంటర్న్‌షిప్ అవకాశం కల్పిస్తున్నారు. బీటెక్ సెకండియర్ రెండో సెమిస్టర్ విద్యార్థులకు రెండు నెలలు, బీటెక్ మూడో సంవత్సరం రెండో సెమిస్టర్ విద్యార్థులకు రెండు నెలలు, బీటెక్ నాలుగో సంవత్సరం రెండో సెమిస్టర్ విద్యార్థులకు ఆరు నెలల ఇంటర్న్‌షిప్ కల్పిస్తున్నారు. ఇంటర్న్‌షిప్ కాలంలో స్టైఫండ్ రూ.5 వేల నుంచి రూ.25 వేలు చెల్లిస్తున్నారు. ప్రతిభ చాటితే అదే కంపెనీల్లోనే కొలువులు కల్పిస్తున్నారు. జేఎన్‌టీయూ అనంతపురం పరిధిలో పుల్లారెడ్డి ఇంజినీరింగ్ కళాశాల విద్యార్థిని కే. నాగహిమజకు నెలకు రూ.1.10 లక్షల స్టైఫండ్‌తో కూడిన ఇంటర్న్‌షిప్‌ను అమెజాన్ కంపెనీ కల్పించింది.

- ఇప్పటికే 2,024 పాఠశాలలకు రూ.1,014 మంది ఇంజినీరింగ్ విద్యార్థులు సాంకేతిక పాఠాలు చెప్పేందుకు వీలుగా ఇంటర్న్‌షిప్ అవకాశం కల్పించారు. ఇందుకు గాను రాష్ట్ర ప్రభుత్వం నెలకు రూ.12 వేల స్టైఫండ్‌ను అందిస్తోంది. ఈ ప్రోగ్రాం ఫ్యూచర్ స్కిల్ ఎక్స్‌పర్ట్‌గా పిలుస్తున్నారు.
- తాజాగా లాంగ్‌టర్మ్ ఇంటర్న్‌షిప్‌ను ఆయా కంపెనీలు విద్యార్థులకు స్టైఫండ్ ఇస్తున్నాయి. అనంతరం అదే కంపెనీలో కొలువులు కల్పిస్తున్నారు.

ఇంటర్న్‌షిప్‌కు ఎంపికైన విద్యార్థుల వివరాలు

కళాశాల	ఎంపికైన విద్యార్థుల సంఖ్య
జేఎన్‌టీయూ అనంతపురం ఇంజినీరింగ్ కళాశాల	50
కలికిరి ఇంజనీరింగ్ కళాశాల	02
మదర్ థెరీసా కళాశాల	17
ఎస్ఆర్ఐటీ (అనంతపురం)	40
విశ్వం	58
అశోక ఉమెన్ ఇంజనీరింగ్ కళాశాల	02
రాజీవ్‌గాంధీ మెమోరియల్ కళాశాల	78
ఎస్వీ ఇంజనీరింగ్ కళాశాల, తిరుపతి	253
పుల్లా రెడ్డి ఇంజనీరింగ్ కళాశాల, కర్నూలు	143
మదనపల్లి ఇంజనీరింగ్ కళాశాల	172
పీబీఆర్వీఐటీ , కావలి	31
ఎస్వీసెట్, చిత్తూరు	81
మొత్తం	919

కోర్సు పూర్తి కాగానే కొలువు



కోర్సు పూర్తికాగానే కొలువు దక్కేలా రాష్ట్ర ప్రభుత్వం సరికొత్త విద్యా ప్రణాళికను అమలు చేస్తోంది. ఇది వరకు ఫ్యూచర్ స్కిల్ ఎక్స్‌పర్ట్ ప్రోగ్రాంలో ప్రభుత్వ పాఠశాలల్లో విద్యార్థులకు సాంకేతిక పాఠాలు చెప్పేందుకు ఇంటర్న్‌షిప్ అవకాశం కల్పించాం. ఇందుకు గాను ప్రతి నెలా రూ.12 వేలు స్టైఫండ్‌ను రాష్ట్ర ప్రభుత్వమే చెల్లిస్తోంది. తాజాగా లాంగ్‌టర్మ్ ఇంటర్న్‌షిప్ ప్రోగ్రాంకు సంబంధించి మొత్తం 919 మంది విద్యార్థులను ఎంపిక చేశాం. ముఖ్యమంత్రి వైఎస్ జగన్‌మోహన్ రెడ్డి విద్యా వ్యవస్థలో చేపట్టిన విప్లవాత్మకమైన మార్పులతోనే ఇలాంటి సంస్కరణలు సాధ్యమవుతున్నాయి.

– ప్రొఫెసర్ జీవీఆర్ శ్రీనివాస రావు, వీసీ, జేఎన్‌టీయూ అనంతపురం

విద్యారంగంలో విప్లవాత్మక మార్పులు



ఇంటర్న్‌షిప్ అవకాశం కల్పించిన రాష్ట్ర ప్రభుత్వం, ఉన్నత విద్యామండలికి ప్రత్యేక ధన్యవాదాలు. ఇది వరకు ఇలాంటి కార్యక్రమాలు ఎన్నడూ చూడలేదు. ఇంటర్న్‌షిప్‌లోనే ఏకంగా రూ.20 వేలు స్టైఫండ్ ఇస్తున్నారు. బహుళజాతి సంస్థల్లోనే ఇంకా పెద్ద మొత్తంలో స్టైఫండ్ కల్పిస్తున్నారు. మొత్తం 10 నెలల పాటు అదే కంపెనీలో ఇంటర్న్‌షిప్ చేస్తే కంపెనీ పరిస్థితులకు అలవాటు పడి ఉద్యోగంలోనే నిలదొక్కుకోవడానికి మంచి బృహత్తర పథకం ఇది. జేఎన్‌టీయూ అనంతపురం పరిధిలో ఇప్పటి దాకా 919 మంది విద్యార్థులకు మంచి బహుళజాతి సంస్థల్లోనే ఇంటర్న్‌షిప్ కల్పించాం.

– ప్రొఫెసర్ సి. శశిధర్, రిజిస్ట్రార్, జేఎన్‌టీయూ అనంతపురం.

కిటకిటలాడిన ఖాద్రీ ఆలయం



దర్శనం కోసం క్యూలైన్‌లో భక్తులు

కదిరి టౌన్: ఖాద్రీ లక్ష్మీనరసింహస్వామి ఆలయానికి భక్త జనం పోటెత్తారు. మహాశివరాత్రి మరుసటి రోజు, రెండో శనివారం కావడంతో కదిరి పరిసరాల ప్రాంతాల నుంచే కాకుండా కర్ణాటక, చిత్తూరు, కడప, అనంతపురం జిల్లాల నుంచి భక్తులు అధిక సంఖ్యలో ఖాద్రీశుడిని దర్శించుకున్నారు. భక్తులకు ఆలయ అధికారులు తీర్థప్రసాదాలు అందజేసి భోజన వసతి కల్పించారు.

జపనీస్ భాషపై శిక్షణ, ఉపాధి

అనంతపురం: ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్ర నైపుణ్యాభివృద్ధి సంస్థ, నావిస్ హెచ్‌ఆర్ ఆధ్వర్యంలో ఏఎన్ఎం, జీఎన్ఎం, బీఎస్సీ నర్సింగ్ చదివిన వారికి జపనీష్ భాష ఎన్5, ఎన్4తో పాటు ఎన్3 స్థాయిల్లో శిక్షణతోపాటు ఉపాధి కల్పించనున్నారు. ఈమేరకు జిల్లా నైపుణ్యాభివృద్ధి అధికారి ఆనంద్ రాజ్‌కుమార్ ఓ ప్రకటన విడుదల చేశారు. 32 ఏళ్లలోపు ఉన్న, జపాన్ దేశంలో పనిచేయడానికి ఆసక్తి గల వారు మాత్రమే దరఖాస్తు చేసుకోవాలని కోరారు. నావిస్ హెచ్‌ఆర్ ఆధ్వర్యంలో ఆరు నెలల పాటు బెంగళూర్‌లో శిక్షణ ఇస్తారని, శిక్షణ ఫీజు రూ.3 లక్షలు, రిజిస్ట్రేషన్ ఫీజు రూ.50 వేలు కాగా, ఇందులో రూ.25 వేలు ఏపీ రాష్ట్ర నైపుణ్యాభివృద్ధి సంస్థ చెల్లిస్తుందని తెలిపారు. తక్కిన రూ.25 వేలు అభ్యర్థి చెల్లించాల్సి ఉంటుందని పేర్కొన్నారు. శిక్షణ ఫీజు రూ.3 లక్షలను మూడు విడతల వారీగా అభ్యర్థి చెల్లించాల్సి ఉంటుందని పేర్కొన్నారు. శిక్షణ పూర్తి చేసిన వారికి జపాన్‌లో ఉద్యోగ అవకాశం కల్పించడానికి కావాల్సిన సదుపాయాలు ఏపీ రాష్ట్ర నైపుణ్యాభివృద్ధి సంస్థ, నావిస్ హెచ్‌ఆర్ పర్యవేక్షిస్తాయని పేర్కొన్నారు. శిక్షణ పూర్తియిన వెంటనే రూ.1,10,000 నుంచి 1,40,000 వరకు వేతనం ఉంటుందని తెలిపారు. వివరాలకు 9885943819 నంబర్‌లో సంప్రదించాలని సూచించారు.

నేడు గురుకుల ప్రవేశ పరీక్ష

రొళ్ల: దొమ్మరహట్టి సమీపాన ఉన్న డాక్టర్ అంబేడ్కర్ గురుకుల బాలుర రెసిడెన్షియల్ పాఠశాలలో 2024-25కు సంబంధించి 5వ తరగతిలో ప్రవేశం కోసం ఆదివారం పాఠశాల ఆవరణలో పరీక్ష నిర్వహించనున్నారు. ఈమేరకు ప్రిన్సిపాల్ మైలారప్ప శనివారం ఓ ప్రకటనల విడుదల చేశారు. ఉదయం 10 నుంచి మధ్యాహ్నం 12 గంటల వరకు పరీక్ష ఉంటుందని తెలిపారు. ఇంటర్ ప్రవేశ పరీక్ష మధ్యాహ్నం 2 నుంచి సాయంత్రం 4 గంటల వరకు పరీక్ష ఉంటుందని పేర్కొన్నారు.

వాహనం బోల్తా - కూలీ మృతి

- మరో ముగ్గురికి తీవ్ర గాయాలు



మృతుడు సుబ్బరాయుడు

తాడిమర్రి: చిల్లకొండయ్యపల్లి సమీపంలో శనివారం కూలీలతో వెళుతున్న వాహనం బోల్తాపడి ఒకరు మృతి చెందగా ముగ్గురికి తీవ్ర గాయాలయ్యాయి. పోలీసులు, స్థానికుల వివరాల మేరకు.. తాడిమర్రికి చెందిన దేవర గణేష్ తన బొలేరో వాహనంలో పార్నపల్లికి చెందిన కూలీలను మరవపల్లిలో చీనీ కాయలు కోయడానికి తీసుకొచ్చాడు. పని పూర్తయిన తర్వాత సాయంత్రం 13 మంది కూలీలతో బొలెరో వాహనంలో పార్నపల్లికి బయలుదేరాడు. చిల్లకొండయ్యపల్లి దాటిన తర్వాత ఎదురుగా ఐచర్ వాహనం రావడంతో బొలెరో తారురోడ్డు దిగడంతో అదుపు తప్పి బోల్తాపడింది. అందులో ఉన్న పార్నపల్లికి చెందిన ఆర్వేటి సుబ్బరాయుడు (65), లక్ష్మీదేవి, గంగాధర, రోహిలకు తీవ్ర గాయాలయ్యాయి. పెద్దక్క, సుబ్బమ్మ, పెద్దక్క, చిన్న అక్కులప్ప, అంకన్న స్వల్ప గాయాలతో బయటపడ్డారు. పోలీసులు ఘటనా స్థలానికి చేరుకుని తీవ్ర గాయాలైన వారిని బత్తలపల్లి ఆర్డీటీ ఆసుపత్రికి తరలించారు. పరిస్థితి విషమించడంతో సుబ్బరాయుడు మృతి చెందాడు. మృతునికి భార్య రమణమ్మ, ఒక కుమారుడు, ఇద్దరు కుమార్తెలు ఉన్నారు. పోలీసులు కేసు దర్యాప్తు చేస్తున్నారు.

12న బుక్కపట్నంలో జాబ్ మేళా

పుట్టపర్తి టౌన్: జిల్లా నైపుణ్యాభివృద్ధి సంస్థ ఆధ్వర్యంలో ఈ నెల 12న బుక్కపట్నం సత్యసాయి ప్రభుత్వ డిగ్రీ కళాశాలలో 15 కంపెనీల ప్రతినిధులతో జాబ్ మేళా నిర్వహించనున్నట్లు ప్రిన్సిపాల్ మక్బూల్ హుస్సేన్, నైపుణ్యాభివృద్ధి సంస్థ జిల్లా అధికారి అబ్దుల్ ఖయ్యూం శనివారం ఒక ప్రకటనలో తెలిపారు. 18-35 ఏళ్ల మధ్య వయస్సు ఉండి పది, ఇంటర్ డిప్లొమా, డిగ్రీ, పీజీ పూర్తి చేసినవారు అర్హులు జాబ్‌మేళాకు హాజరుకావచ్చని పేర్కొన్నారు. ఉద్యోగాలకు ఎంపికైన వారు శ్రీసత్యసాయి జిల్లాతో పాటు హైదరాబాదు, తిరుపతి, బెంగుళూరులో పనిచేయాల్సి ఉంటుందన్నారు. వేతనం రూ.10 వేల నుంచి రూ.20 వేల వరకు ఉంటుందని వెల్లడించారు. అభ్యర్థులు విద్యార్హత ధ్రువీకరణ పత్రాలు వెంట తీసుకరావాలన్నారు. మరిన్ని వివరాలకు 79815 41994 నంబర్‌లో సంప్రదించాలని సూచించారు.

మముకావవా.. కాటికోటేశ్వరా





పూజలు అందుకున్న కాటికోటేశ్వరస్వామి, క్షేత్రంలో భక్తుల సందడి

- వైభవంగా కాటికోటేశ్వరస్వామి ఉత్సవాలు

తాడిమర్రి: చిల్లవారిపల్లి సమీపంలో వెలసిన కాటికోటేశ్వర క్షేత్ర పరిసరాలు శనివారం శివనామస్మరణతో మార్మోగాయి. మహాశివరాత్రి పర్వదినాన్ని పురస్కరించుకుని ఆలయంలో శుక్రవారం ప్రారంభమైన ఉత్సవాలు శనివారం స్వాముల అగ్నిగుండం ప్రవేశంతో ముగిశాయి. చిల్లవారిపల్లి నుంచి ఏడు గుర్రాలపై తెచ్చిన కాటికోటేశ్వరుని ఉత్సవ విగ్రహాలు, ఆభరణాలను కోనేటి సమీపంలో విడిది చేశారు. అనంతరం తెల్లవారుజామున 3 గంటలకు చిల్లవారిపల్లికి చెందిన గంగిరెడ్డి వంశస్తుల ఆధ్వర్యంలో స్వామి ఉత్సవ విగ్రహాలను డప్పుల వాయిద్యాలు, మేళతాళాలతో స్వామి గుడికట్టుదారులు తలపై పెట్టుకుని ఊరేగించారు. ఈ సందర్భంగా హరహర శంభోశంకర నామస్మరణతో ఆలయ పరిసరాలు హోరెత్తాయి. అనంతరం ఆలయం ముందు స్వాములు అగ్ని గుండం ప్రవేశం చేశారు. ఆలయానికి వచ్చిన భక్తులు ముందుగా గదా గుండం (కోనేరు)లో పుణ్య స్నానాలు ఆచరించి తడిబట్టలతోనే ఆలయ ప్రదక్షిణలు చేసి స్వామికి కొబ్బరికాయలు సమర్పించి మొక్కులు తీర్చుకున్నారు. తెల్లవారుజామున నుంచే స్వామి దర్శనానికి భక్తులు పోటెత్తారు. ఉత్సవాలను పురస్కరించుకుని గాజులు, బొమ్మలు, తినుబండారాల దుకాణాలు వెలశాయి. భక్తులకు చిల్లవారిపల్లి గ్రామస్తులు ప్రత్యేక వసతులు కల్పించారు. దాడితోట గ్రామస్తులు భక్తులకు భోజన వసతి కల్పించారు. ఉత్సవాల్లో అవాంఛనీయ ఘటనలు చోటుచేసుకోకుండా డీఎస్పీ శ్రీనివాసులు, ముదిగుబ్బ రూరల్ సీఐ కృష్ణంరాజునాయక్, ఎస్ఐ నాగస్వామి సిబ్బందితో భారీ బందోబస్తు ఏర్పాటు చేశారు.

ప్రశాంతంగా ఇంటర్ పరీక్షలు

పుట్టపర్తి: ఇంటర్ పరీక్షలు ప్రశాంతంగా జరిగాయి. శనివారం ఇంటర్ మొదటి సంవత్సరం మ్యాథ్స్-1బి, జువాలజీ, హిస్టరీ, పేపర్-1బీ పరీక్షలు 41 కేంద్రాల్లో నిర్వహించినట్లు ఇంటర్మీడియెట్ విద్యాశాఖాధికారి (డీఐఈఓ) రఘునాథరెడ్డి తెలిపారు. జనరల్ విద్యార్థులు 7,616 మందికి 7,311 మంది, ఒకేషనల్ కోర్సులకు సంబంధించి 1,517 మందికి 1,415 మంది హాజరయ్యారన్నారు. మొత్తం 307 మంది గైర్హాజరైనట్లు ఆయన పేర్కొన్నారు.

దస్తగిరి చెప్పేదాంట్లో నిజం లేదు

- రోడ్డు ప్రమాద బాధితుడు చిన్న కదిరప్ప



కదిరి ప్రభుత్వాసుపత్రిలో చికిత్స పొందుతున్న బాధితుడు చిన్న కదిరప్ప

కదిరి: పులివెందుల-కదిరి మార్గమధ్యంలో ఉన్న నామాలగుండు వద్ద శనివారం జరిగిన బైక్ ప్రమాదంలో శ్రీసత్యసాయి జిల్లా తలుపుల మండలం పులిగుండ్లపల్లికి చెందిన కూలి పని చేసుకునే దళిత చిన్న కదిరప్పకు తీవ్ర గాయాలయ్యాయి. అతను ప్రస్తుతం కదిరి ప్రభుత్వాసుపత్రిలో చికిత్స తీసుకుంటున్నాడు. అయితే రోడ్డు ప్రమాదంలో గాయపడిన చిన్నకదిరప్ప తన తండ్రి షేక్ హాజీవలీని చంపడానికి వచ్చాడంటూ వివేకానందరెడ్డి హత్య కేసులో అప్రూవర్‌గా మారిన దస్తగిరి కట్టుకథ అల్లాడు. దీన్ని ఎల్లో మీడియా అందిపుచ్చుకుంది. నిజానిజాలు తెలుసుకోకుండానే దస్తగిరి చెప్పిందే వేదం అన్నట్లుగా తెగ ప్రసారం చేసింది. వాస్తవమేంటో బాధితుడు చిన్న కదిరప్ప మాటల్లోనే..

'నాకు ఏడుగురు కూతుర్లు. పెద్దకూతురు నాగేశ్వరిని పులివెందులలోని బాకరాపేటకు చెందిన ప్రసాద్‌కు ఇచ్చి పెళ్లి చేశాను. శుక్రవారం (8వ తేదీన) కూతురింటికి పోయి శనివారం మళ్లీ కదిరికి బయలు దేరాను. బస్సు కోసం పులివెందులలో రోడ్డు పక్కన నిలబడుకోంటే..మాకు బంధువైన తలుపుల మండలం శిద్దుగూరిపల్లికి చెందిన మల్లికార్జున బైక్ మీద వెళ్తూ నన్ను చూసి ఆపి బండిలో ఎక్కించుకున్నాడు. చార్జీ డబ్బులు మిగిలిపాయ.. అనుకొని ఎక్కాను. బండి స్పీడ్‌గా పోతూ నామాలగుండు దగ్గరకు రాగానే బ్రిడ్జి దగ్గర పొరపాటున ఫుట్‌పాత్‌కు తగిలింది. నేను కిందపడిపోయినా. అదే సమయంలో ఎదురుగా ఒకాయన వస్తుంటే ఆయనకు కూడా పొరపాటున బండి తగిలి కన్ను దగ్గర చిన్న గాయమైంది. ఆయన ఎవరో కూడా మాకు తెలీదు. కావాలనే బండి తగిలించారంటూ ఆయన నన్ను కొట్టడానికి వచ్చాడు. అక్కడ పడిపోయిన నా సెల్‌ఫోన్ తీసుకుంటుంటే దాన్ని కూడా లాక్కున్నాడు. నాకు తల నుంచి రక్తం కారిపోతుంటే అక్కడున్న స్థానికులు చూసి ఆయన దగ్గర నుంచి నా సెల్ ఇప్పించారు. అక్కడున్న వారిలో ఎవరో 108కు ఫోన్ చేసి అంబులెన్స్‌ను పిలిపించి నన్ను తలుపుల ఆసుపత్రికి తీసుకెళ్లారు. అక్కడి నుంచి కదిరి ప్రభుత్వాసుపత్రికి తెచ్చారు' అని చిన్న కదిరప్ప వివరించాడు. 'మీరే ఆయన్ను చంపాలని ప్రయత్నించారంట.. నిజమేనా?' అని కదిరప్పను పాత్రికేయులు ఆసుపత్రిలో ప్రశ్నించగా.. 'నాకు దెబ్బలు తగిలి ప్రాణం పోతుంటే వాడెవడో ఎందుకు అట్ల జెప్పినాడు?! దీంట్లో ఏందో రాజకీయం ఉంది. మేము కూలీనాలీ చేసుకునేటోళ్లం. మాకెందుకు నాయనా అట్లాంటివి' అని అన్నాడు. బైక్ ప్రమాదంలో గాయపడిన కదిరప్ప ఫిర్యాదు మేరకు పులివెందుల సీఐ శంకర్ రెడ్డి కేసు నమోదు చేసుకున్నారు.

అమ్మ డెయిరీ మహిళా రైతులకు అంకితం

- నేడు డెయిరీ ప్రారంభం
- ఎమ్మెల్యే తోపుదుర్తి ప్రకాష్‌రెడ్డి సొంత నిధులు రూ. 20 కోట్లతో ఆలమూరు వద్ద డెయిరీ ఏర్పాటు
- మంత్రులు రోజా, ఉషశ్రీచరణ్ చేతుల మీదుగా మహిళా పాడి రైతులకు గిఫ్ట్‌డీడ్ల అందజేత



అమ్మ డెయిరీ

రాప్తాడురూరల్: పాలకు గిట్టుబాటు ధర కల్పించి వారిని ఆర్థికాభివృద్ధి వైపు నడిపించాలనే ఉద్దేశంతో రాప్తాడు ఎమ్మెల్యే తోపుదుర్తి ప్రకాష్‌రెడ్డి ఏర్పాటు చేసిన అమ్మ డెయిరీని ఆదివారం మహిళా రైతులకు అంకితం చేయనున్నారు. అనంతపురం రూరల్ మండలం ఆలమూరు జగనన్న లేఅవుట్ పక్కన ఐదెకరాల స్థలంలో ఎమ్మెల్యే తన సొంత నిధులు రూ.20 కోట్లతో 'అమ్మ' (అనంతపురం మహిళా మిల్క్ ప్రొడ్యూసర్స్ అసోసియేషన్) డెయిరీని ఏర్పాటు చేశారు. రాష్ట్ర చరిత్రలో తొలి మహిళా సహకార డెయిరీ ఇదే కావడం విశేషం. మంత్రులు ఆర్కే రోజా, ఉషశ్రీచరణ్ చేతుల మీదుగా గిఫ్ట్ డీడ్ డాక్యుమెంట్లను నేడు పాడి రైతులకు అందజేయనున్నారు. డెయిరీ నిర్వహణ బాధ్యతలు కూడా వారికే అప్పగించనున్నారు. దాదాపు 20 వేలమంది మహిళా పాడి రైతులకు నికర ఆదాయం కల్పించాలనే సంకల్పంతో ఈ 'అమ్మ డెయిరీ' ఏర్పాటుకు చర్యలు తీసుకున్నారు.

ఇవీ 'అమ్మ డెయిరీ' ప్రత్యేకతలు

ఈ డెయిరీ పూర్తిగా మహిళల సారథ్యంలో నిర్వహిస్తారు. రోజూ 1.20 లక్షల లీటర్ల పాలను సేకరించడమే లక్ష్యంగా పెట్టుకున్నారు. డెయిరీ ద్వారా పాలతో పాటు పెరుగు, లస్సీ, బాదంపాలు, నెయ్యి, కోవా, పన్నీరు లాంటి పాల ఉత్పత్తులను వినియోగదారులకు అందించనున్నారు. ప్రతి గ్రామంలో ఎన్‌డీడీబీ వారు ఆమోదించిన అధునాతన యంత్రాలతో పాలనాణ్యతను పరీక్ష చేసి సేకరిస్తారు. అధునాతన యంత్రాలు ఏర్పాటు చేయడంతో సరసమైన ధరలో వినియోగదారులకు ఆరోగ్యకరమైన, నాణ్యమైన పాల ఉత్పత్తులను అందించనున్నారు. ప్రతి 15 రోజులకు ఒకసారి మహిళా పాడి రైతులకు బిల్లులు చెల్లిస్తారు.

మహిళా రైతులే యజమానులు



సహకార వ్యవస్థను పునర్నిర్మాణం చేసే ప్రయత్నంలో భాగంగా 'తోపుదుర్తి మహిళా సహకార డెయిరీ సమాఖ్య లిమిటెడ్ ఆధ్వర్యంలో 'అమ్మ' డెయిరీని నిర్మించాం. పాడి మహిళా రైతులతో ఫెడరేషన్ ఏర్పాటు చేశాం. ఇది పూర్తిగా మహిళా రైతులదే. డెయిరీకి పాలు పోసే రైతులందరూ యజమానులు. ఆదాయం వారికే. ఇప్పటికే రిజిస్ట్రేషన్ కూడా చేసేశాం. గిఫ్ట్‌డీడ్ డాక్యుమెంట్లను ఆదివారం అందజేసి అమ్మ డెయిరీని అక్క చెల్లెమ్మలకు అంకితం చేయనున్నాం.

– తోపుదుర్తి ప్రకాష్‌రెడ్డి, ఎమ్మెల్యే

వైరల్



డ్రోన్ దీదీ

హరియాణాకు చెందిన షర్మిల యాదవ్ పెద్ద చదువులు చదువుకోవాలని కల కన్నది. అయితే ఇంటర్మీడియేట్ పూర్తికాగానే 'ఇక చాలు' అన్నారు తల్లిదండ్రులు. పెళ్లి అయిన తరువాత కుటుంబ బాధ్యతల్లో తలమునకలైనప్పటికీ షర్మిలకు చదువుపై ఉన్న ఇష్టం మాత్రం పోలేదు. 'డ్రోన్ సిస్టర్' ప్రోగ్రాంలో భాగంగా మహిళలకు డ్రోన్ పైలట్ ట్రైనింగ్ ఇస్తున్నారని తెలుసుకున్న షర్మిల ట్రైనింగ్ కోర్సులో చేరింది. ఫస్ట్ టెస్ట్‌లో ఫెయిల్ అయింది. ఆ సమయంలో కుటుంబ సభ్యులు 'మరో ప్రయత్నం చెయ్యి' అని ప్రోత్సహించారు. సెకండ్ టైమ్ టెస్ట్ పాస్ అయిన షర్మిల ఇప్పుడు సర్టిఫైడ్ డ్రోన్ పైలట్‌గా గుర్తింపు పొందింది. ఎలాంటి టెక్నికల్ బ్యాక్‌గ్రౌండ్ లేకపోయినా మాస్టరింగ్ కంట్రోల్స్, హైట్ అండ్ స్పీడ్ రీడింగ్, స్మూత్ టేక్–ఆఫ్, ల్యాండింగ్స్...మొదలైన సాంకేతిక విషయాలపై అవగాహన ఏర్పర్చుకుంది. ఇప్పుడు ఆమెను అందరూ 'డ్రోన్ దీదీ' అని పిలుస్తున్నారు. వ్యవసాయానికి సంబంధించిన పనుల్లో డ్రోన్ పైలట్‌గా చేతి నిండా పనితో మంచి ఆదాయన్ని ఆర్జిస్తోంది. వ్యవసాయ భూముల్లో షర్మిల యాదవ్ డ్రోన్ ఆపరేట్ చేస్తున్న వీడియోలు సోషల్ మీడియాలో వైరల్ అయ్యాయి.

ఈ కార్యక్రమాన్ని మీకు సమర్పిస్తున్నవారు...

యూట్యూబ్ 'సిల్వర్ ప్లే బటన్'ను సొంతం చేసుకోవడం అనేది అంత వీజీ కాదు. లక్ష మంది సబ్‌స్క్రైబర్‌లు ఉన్న కంటెంట్ క్రియేటర్‌లకు యూట్యూబ్ ప్రతిష్ఠాత్మకమైన సిల్వర్ ప్లే బటన్ సొంతం అవుతుంది. అయితే పాకిస్థాన్‌లోని గిల్గిత్–బల్టిస్థాన్ ప్రాంతంలోని ఖప్లూ నగరానికి చెందిన మహ్మద్ సిరాజ్ అనే పిల్లాడు మాత్రం తన యూట్యూబ్ చానల్ 'సిరాజీ విలేజ్ వ్లోగ్స్'తో 'సిల్వర్ ప్లే బటన్'ను అవలీలగా సాధించాడు. సిరాజ్ చానల్‌కు లక్షమంది సబ్‌స్క్రైబర్‌లు ఉన్నారు. చెల్లి ముస్కాన్ ఇతర కుటుంబ సభ్యులతో కలిసి సిరాజ్ చేసిన వీడియోలు పాపులర్ అయ్యాయి. యూట్యూబ్ సిల్వర్ ప్లే బటన్‌ను సిరాజ్ అన్‌బాక్సింగ్ చేస్తున్న వీడియో సోషల్ మీడియా ప్లాట్‌ఫామ్‌లలో వైరల్ అయింది.



అమ్మా, నాన్న ఆనంద విహారం



ఇన్‌స్టాగ్రామ్ యూజర్ వివేక్ వాఘ్ సర్‌ప్రైజ్ ట్రావెల్ ప్లాన్‌తో తల్లిదండ్రులను ఆశ్చర్యానందాలకు గురి చేశాడు. 'ఫ్లైయిట్‌లో మనం జైపూర్‌కు వెళుతున్నాం' అని చెప్పి తల్లిదండ్రులను ఎయిర్‌పోర్ట్‌కు తీసుకెళ్లాడు. పాస్‌పోర్ట్‌లను వారి చేతికి అందిస్తూ ఆఖరులో అసలు విషయం చెప్పాడు. తాము వెళుతున్నది జైపూర్ కాదని సింగపూర్‌కు అని తెలుసుకున్న వివేక్ తల్లిదండ్రులు ఆనందంలో మునిగిపోయారు. ఇది వారికి తొలి అంతర్జాతీయ ప్రయాణం. 'సీ దెయిర్ రియాక్షన్... సర్‌ప్రైజ్ ట్రిప్' కాప్షన్‌తో పోస్ట్ చేసిన ఈ వీడియో మూడు లక్షలకు పైగా వ్యూస్‌ను సొంతం చేసుకుంది.

సోషల్ మీడియా యూజర్‌లు, సెలబ్రిటీలు ఈ వీడియోను చూసి ప్రశంసల వర్షం కురిపిస్తున్నారు. యాక్టర్ జై భానుశాలి 'ప్రౌడ్ సన్. విషయం తెలిసిన తరువాత మీ తండ్రి ఇచ్చిన ఎక్స్‌ప్రెషన్ నాకు ఎంతగానో నచ్చింది. మా అబ్బాయి మమ్మల్ని సింగపూర్ తీసుకువెళ్లాడు అని ఆయన గర్వంగా స్నేహితులతో చెప్పుకోవచ్చు' అని కామెంట్ పెట్టారు.

ఏ డే ఇన్ మై లైఫ్...



గూగుల్ సాఫ్ట్‌వేర్ ఇంజనీర్ సలోని రక్‌హోలియా 'ఏ డే ఇన్ మై లైఫ్ ఎట్ గూగుల్' కాప్షన్‌తో పోస్ట్ చేసిన వీడియో 2.4 మిలియన్‌ల వ్యూస్‌ను దక్కించుకుంది. ఉదయం ఇంటి నుంచి బయలుదేరడం నుంచి గూగుల్ ఆఫీసులోకి అడుగు పెట్టడం, చెక్ అప్‌డేట్స్, బ్రేక్ ఫాస్ట్, ప్లాన్ ఫర్ ది డే అండ్ వర్క్, గెట్ సమ్ వాటర్ అండ్ స్నాక్స్, కోడ్ అండ్ అటెండింగ్ మీటింగ్స్, కొద్ది సమయం పుస్తకం చదవడం, టేబుల్ టెన్నిస్ ఆడడం, వర్క్ చేస్తూ స్నాక్స్, కాఫీ ఆస్వాదించడం. వర్క్‌కోడ్, డిజైన్, డిస్కస్, మ్యూజిక్ రూమ్‌లో కొద్దిసేపు గడపడం, జిమ్‌లో కొద్దిసేపు ఎక్సర్‌సైజ్, కోడింగ్ సెషన్‌లు, సాయంత్రం ఆఫీసు నుంచి తిరిగి ఇంటికి వెళ్లడం...ఇలాంటి దృశ్యాలెన్నో ఈ వీడియోలో కనిపిస్తాయి. ఆఫీస్ జిమ్‌లో క్విక్ వర్కవుట్ సెషన్‌లాంటి వెల్–టైమ్‌డ్ బ్రేక్స్‌ను ఈ వీడియో హైలైట్ చేస్తుంది.

ఇచట డిజిటల్ ఆమ్లెట్ డిజిటల్ పరోటా వేయబడును

అమ్లెట్లు ఎచట వేసెదరు? ఆలూ పరాట ఎక్కడ తయారుచేసెదరు?' అనే ప్రశ్నలకు 'ఇవి కూడా ప్రశ్నలేనా. స్టవ్ మీద ఉన్న పెనంపై వేస్తారు. చేస్తారు' అంటాం. అయితే ఒక టెక్ కంటెంట్ క్రియేటర్ మాత్రం మనం చెప్పే జవాబును మార్చే ప్రయత్నంలో ఉన్నాడు. సదరు ఈ క్రియేటర్ కంప్యూటర్ 'సిపియు'పై ఆమ్లెట్ వేశాడు. ఆ తరువాత మినీ పరోటా తయారుచేశాడు. వైరల్ అవుతున్న ఈ వీడియోను చూసి 'డిజిటల్ ఆమ్లెట్లు–పరోటాలు వచ్చేశాయి' అని మురిసిపోతున్నారు ప్రేక్షకమహాశయులు.



ఆహా...పోహ



ప్రపంచవ్యాప్తంగా ఎంతోమంది బ్లాగర్స్ మన దేశానికి వచ్చి స్థానికులతో హాయిగా కలిసిపోతారు. ఆ జ్ఞాపకాల వీడియోలను సోషల్ మీడియాలో పోస్ట్ చేస్తుంటారు. తాజాగా మన దేశానికి వచ్చిన రష్యన్ బ్లాగర్ చుగురోవా వీడియో వైరల్ అయింది. మహారాష్ట్రలోని చిన్నపాటి హోటల్‌కి వెళ్లిన చుగురోవా అక్కడ ఉన్న సూర్యవన్షి అనే మహిళను 'నమస్తే దీదీ' పలకరించి 'ఏం చేస్తున్నారు?' అని అడిగింది. 'పోహ' (అటుకుల ఉప్మా) అని చెప్పింది సూర్యవన్షి.

'నాకు కూడా నేర్పించరా?' అని చుగురోవా అడగగానే ఓకే చెప్పింది సూర్య. సూర్య డైరెక్షన్‌లో టమాటాలు, ఉల్లిగడ్డలు, పచ్చిమిర్చి...మొదలైనవి తరగడం నుంచి పెనంలో వేడి నూనెలో వేయడం వరకు ఎన్నో చేసి 'పోహ' ప్రాజెక్ట్‌ను విజయవంతంగా పూర్తి చేసింది చుగురోవా. ఆ తరువాత 'పోహ తినండి....వోన్లీ ఇరవై రూపాయలు మాత్రమే' అని హిందీలో అరిచింది. 'నమస్తే దోస్తో' కాప్షన్స్‌తో 'మేకింగ్ పోహ' వీడియోను ఇన్‌స్టాగ్రామ్‌లో పోస్ట్ చేసింది చుగురోవా.

మై ఛాయిస్!

భారతీయ మహిళలకు కుర్తాలు ఇష్టమైన దుస్తులు. వృత్తిరీత్యా టీషర్ట్‌లు ధరించడం అందరికీ సౌకర్యం కాకపోవచ్చు. అందుకే 'విమెన్స్ డే' సందర్భంగా జొమాటో తన మహిళా డెలివరీ పార్ట్‌నర్లకు ఎర్ర కుర్తాలను బహూకరించింది. ఇకపై వారు డ్యూటీలో నచ్చిన టీ షర్ట్‌గాని, కుర్తా గాని ధరించవచ్చు. ఈ సందర్భంగా చేసిన ప్రమోషన్ యాడ్ ఇంటర్‌నెట్‌లో కుతూహలం రేపుతోంది.

జొమాటోలో దేశమంతా మూడున్నర లక్షల మంది డెలివరీ పార్ట్‌నర్లు ఉన్నారు. అంటే ఫుడ్ డెలివరీ చేసే బోయ్‌లు. వీరిలో స్త్రీలు కేవలం 1500 నుంచి 2000 మంది మాత్రమే ఉన్నారు. టూ వీలర్ మీద వేళకాని వేళలో తిరగాల్సి రావడం వల్ల ఇదొక ఛాలెంజింగ్ జాబ్ అయ్యింది మహిళలకు. అయినప్పటికీ సవాలుగా తీసుకుని వందల ఆర్డర్లు డెలివరీ చేస్తున్న జొమాటో మహిళలు ఉన్నారు. వృత్తిరీత్యా వారు టీషర్ట్ ధరించాల్సి ఉంటుంది. అది అందరికీ సౌకర్యం కాకపోవచ్చు. అందుకే జొమాటో మొన్నటి విమెన్స్ డే రోజు కుర్తాలు బహూకరించింది. 'మీ చాయిస్. మీరు టీషర్ట్ వేసుకోవచ్చు లేదంటే కుర్తాలు వేసుకోవచ్చు' అని చెప్పింది. ఇందుకోసం ప్రమోషన్ యాడ్ చేస్తే మహిళా డెలివరీ పార్ట్‌నర్‌లు ఉత్సాహంగా పాల్గొన్నారు. 'జేబులున్న కుర్తా నాకు నచ్చింది' అని ఒక మహిళ చెప్పింది. 'ఫోటోలు బాగా తీయండి' అని మరో మహిళ ఉత్సాహపడింది. 'పదండి అందరం మనాలి వెళ్దాం' అని మరో మహిళ ఉత్సాహ పరిచింది. కొత్త ఉపాధి మార్గంలో వెరవక నడిచే వీరందరినీ చూసి నెటిజన్లు హర్షం వ్యక్తం చేశారు. దేశీయ దుస్తుల్లో బాగున్నారంటూ కితాబిచ్చారు.



హెల్త్

ఈ నెల 14న
వరల్డ్ కిడ్నీ డే



రకరకాల కిడ్నీ సమస్యలూ... పరిష్కారాలు!



ఇది వేసవి. డీ-హైడ్రేషన్‌కు గురయ్యే కాలం. సాధారణంగా మూత్రపిండాల్లో (కిడ్నీల్లో) రాళ్లు వేసవిలో తరచూ బయటపడుతుంటాయి కాబట్టి ఈ సమస్యకు వేసవిని ఓ సీజన్‌గా పరిగణిస్తుంటారు. పైగా ఈనెల 14వ తేదీ 'వరల్డ్ కిడ్నీ డే' సందర్భంగా మూత్రపిండాల్లో రాళ్లలాంటి సాధారణ సమస్యలు మొదలుకొని, సీకేడీ వంటి మూత్రపిండాలకు సంబంధించిన అనేక సమస్యలూ, వాటి పరిష్కారాలపై అవగాహన కోసమే ఈ కథనాలు.

కిడ్నీలలో రాళ్లు...

కిడ్నీలో రాళ్ల ఎంత సాధారణ సమస్య అంటే ఒకరి 70 ఏళ్ల జీవిత కాలంలో 20% మంది పురుషుల్లో, 10% మంది మహిళల్లో ఏదో ఒక దశలో అవి కనిపిస్తాయి. అయితే రాళ్లు రావడమన్నది పురుషుల్లో ఎక్కువ. వాటి వల్ల కిడ్నీ దెబ్బతిని, కిడ్నీ ఫెయిల్యూర్‌కు దారితీసి, జీవితాంతం డయాలసిస్ మీద ఉండాల్సిన పరిస్థితి వచ్చే ప్రమాదం ఉంది. అందుకే వాటి గురించి తెలుసుకుని, కిడ్నీలో రాళ్లు ఏర్పడేందుకు అవకాశమున్నవారు జాగ్రత్త వహించాల్సిన అవసరముంది.

రాళ్లూ... రకాలు...

మన ఆహారంలో, తాగే పానీయాల్లో క్యాల్షియమ్ వంటి అనేక ఖనిజాలూ, లవణాలు ఉంటాయి. జీవక్రియలు జరిగే సమయంలో ఆగ్జలేట్స్, యూరిక్ యాసిడ్, సిస్టయిన్ వంటి స్ఫటికాలు ఏర్పడవచ్చు. అలాగే ఇంకొందరిలో రాళ్లు రూపొందే ప్రక్రియను అరికట్టే సిట్రేట్‌లు తక్కువగా ఉండవచ్చు. అలాంటివారితో పాటు... నీళ్లు తక్కువగా తాగే వారిలో లవణాలన్నీ ఒకేచోట కేంద్రీకృతమై క్రమంగా గట్టిబడి రాయిలా మారేందుకు అవకాశాలు ఎక్కువ. దేహంలోని వడపోత ప్రక్రియ అంతా కిడ్నీలో జరుగుతుంది కాబట్టి ఇక్కడ రాళ్లు ఏర్పడే అవకాశాలెక్కువ.



కిడ్నీరాళ్లలో ప్రధానమైనవి కాల్షియమ్ ఆగ్జలేట్స్ (70 – 80%). మిగతావి క్యాల్షియమ్ ఫాస్ఫేట్, యూరిక్ యాసిడ్, సిస్టెయిన్స్ వంటివి. ఇక ట్రిపుల్ ఫాస్ఫేట్‌గా పేరున్న మెగ్నీషియమ్, అమోనియమ్ ఫాస్ఫేట్‌లతో తయారయ్యే స్ట్రువైట్ అనే రాళ్లు చాలా అరుదుగా, పెద్దగా ఏర్పడతాయి. దాంతో స్ట్రువైట్ రాళ్లతో కిడ్నీ ఫెయిల్యూర్‌కు అవకాశాలు ఎక్కువ. అంతేకాదు... కొన్నిసార్లు యూరిన్ ఇన్ఫెక్షన్ బాధితుల్లో 'ప్రోటియస్ వల్గారిస్' అనే బ్యాక్టీరియా కారణంగా కూడా స్ట్రువైట్ రాళ్లు ఏర్పడి, మరింత సంక్లిష్టతలకూ, ప్రమాదాలకూ దారితీసే అవకాశముంది.

ఎవరిలో ఎక్కువ...?

◆ నీళ్లు చాలా తక్కువగా తాగేవాళ్లలో ◆ ఉప్పు ఎక్కువగా తీసుకునేవారిలో ◆ మాంసాహారాలూ, చక్కెరలు ఎక్కువగా తినేవారిలో ◆ ఉబకాయం ఉన్నవారిలో ◆ డయాబెటిస్, పేగు వ్యాధులు లాంటి సమస్యలు ఉన్నవారిలో ◆ క్రోన్స్ డిసీజ్, ఇన్‌ఫ్లమేటరీ బవెల్ సిండ్రోమ్, యూరిక్ యాసిడ్ మోతాదులు ఎక్కువగా పెరిగే గౌట్, పాలీసిస్టిక్ కిడ్నీ డిసీజ్, రీనల్ ట్యుబ్యులార్ అసిడోసిస్, హైపర్‌పారాథైరాయిడిజమ్ వంటి సమస్యలున్నవారిలో ◆ సిప్రోఫ్లాక్సిన్ వంటి కొన్ని యాంటీబయాటిక్స్, సల్ఫా డ్రగ్స్, హెచ్‌ఐవీ మందులు వాడే వాళ్లతో పాటు, బరువు తగ్గడానికి బేరియాట్రిక్ సర్జరీ (అందులోనూ రూక్స్–ఎన్–వై గ్యాస్ట్రిక్ బైపాస్) చేయించుకున్నవారిలో.

లక్షణాలు...

నడుము లేదా వీపువైపు ఉరఃపంజరం కింది భాగంలో భరించలేనంత తీవ్రమైన నొప్పి. ఒక్కోసారి ఈ నొప్పి పక్కలకూ, కిందివైపునకూ, పొట్ట వైపునకూ, కొందరు పురుషుల్లో వృషణాల సంచివైపునకూ పాకుతుంది. ఇది అలలు అలలుగా వస్తూ పోతూ ఉంటుంది. నొప్పితో పాటు... ◆ వికారం లేదా వాంతులు ◆ జ్వరం ◆ మూత్రంలో రక్తం కనిపించడం ◆ మూత్రవిసర్జనలో మంట ◆ కొందరిలో రాయి కారణంగా మూత్రం వస్తున్న ఫీలింగ్ ఉన్నప్పటికీ, రాయి అడ్డుపడుతుండటం వల్ల మూత్ర విసర్జన జరగకపోవచ్చు. ఇలాంటి వాళ్లలో మూత్రం ఆగి, ఆగి చుక్కలు చుక్కలుగా పడుతుండవచ్చు.

అరుదుగా కొందరిలో ఎలాంటి లక్షణాలూ ఉండవు. కానీ మరేదో సమస్యతో డాక్టర్ దగ్గరికి వచ్చి, పరీక్షలు చేయించినప్పుడు చాలా పెద్దరాయి కారణంగా అప్పటికే కిడ్నీ చాలావరకు చెడిపోయిన సందర్భాలూ ఉన్నాయి.

నిర్ధారణ...

మూత్రపిండాలు, యురేటర్, బ్లాడర్‌ల సీటీ స్కాన్, ఎక్స్–రే, అవసరాన్ని బట్టి అల్ట్రాసౌండ్ స్కానింగ్ వంటి పరీక్షలతో కిడ్నీలో రాళ్లను కనుగొంటారు. కొన్నిసార్లు మూత్రపరీక్ష, కిడ్నీ ఫంక్షన్ పరీక్ష అవసరం కావచ్చు.

చికిత్స...

◆ రోజుకు కనీసం 3 నుంచి 4 లీటర్ల నీరు తాగమని బాధితులకు సూచిస్తుంటారు. దాంతో రాయి రూపొందడానికి వీల్లేకుండా లవణాలు ఎప్పటికప్పుడు మూత్రంలో కొట్టుకుపోవడంతో పాటు... కొన్నిసార్లు రాయి దానంతట అదే బయట పడేందుకు అవకాశముంటుంది.

◆ ఉప్పు, మాంసాహారం తగ్గించమని సూచిస్తుంటారు. అలాగే కొందరిలో రాయి ఏర్పడటానికి దోహదం చేసే పాలకూర, టమాటాకు దూరంగా ఉండమని సూచిస్తారు. ఇది కేవలం కిడ్నీలో రాయి ఏర్పడేందుకు అవకాశమున్నవారికి మాత్రమే. మిగతా ఆరోగ్యవంతులు వీటిని నిరభ్యంతరంగా తీసుకోవచ్చు.

ఇక శస్త్రచికిత్సల విషయానికి వస్తే...

◆ **యురేటరోస్కోపిక్ రిమూవల్ :** ఎండోస్కోప్ సహాయంతో బ్లాడర్‌లోకీ, కిడ్నీ నుంచి బ్లాడర్ వరకు ఉండే నాళాలైన యురేటర్లలోంచి ఈ ప్రక్రియ ద్వారా రాళ్లు తొలగిస్తారు.

◆ **ఎక్స్‌ట్రా కార్పోరియల్ షాక్ వేవ్ లిథోట్రిప్సీ :** రాళ్లు పెద్దవిగా ఉంటే ఈ షాక్ వేవ్స్ సహాయంతో వాటిని చిన్న చిన్న ముక్కలుగా /పౌడర్‌గా పొడిపొడి చేస్తారు. దాంతో రాళ్ల పౌడర్ మూత్రంలో వెళ్లిపోతుంది.

◆ **పర్క్యుటేనియస్ నెఫ్రోలిథోటమీ (పీసీఎన్‌ఎల్)** : ఈ ప్రక్రియలో నడుం పక్క భాగం నుంచి కిడ్నీలోకి ఒక పైప్‌ను రాయి ఉన్నచోటికి పంపి, ఆ పైప్ ద్వారా రాయిని బయటకు తీసుకొస్తారు.

క్రానిక్ కిడ్నీ డిసీజ్ -సీకేడీ

క్రానిక్ కిడ్నీ డిసీజ్ (సీకేడీ)కి మొదటి కారణం మధుమేహం, రెండోది దీర్ఘకాలిక రక్తపోటు. మూడో కారణం గ్లోమరులార్ డిసీజ్. ఈ సమస్య ఉన్నవారిలో మూత్రంలో ప్రోటీన్ ఎక్కువగా పోతుంటుంది. ఫలితంగా కాళ్లవాపు, ముఖం వాచినట్లుగా ఉండటం, మూత్రం నురగలా రావడం వంటి లక్షణాలు కనిపిస్తాయి. కొందరిలో కారణాలేమీ లేకుండానే కిడ్నీలు దెబ్బతినవచ్చు. కిడ్నీలోని మూత్రనాళాలను దెబ్బతీసే ఇంటస్టిషియల్ వ్యాధులు, కొన్ని జన్యుపరమైన జబ్బులు, ఇన్ఫెక్షన్లు, కొన్నిసార్లు కిడ్నీలో రాళ్లు కూడా క్రానిక్ కిడ్నీ డిసీజ్ (సీకేడీ)కి కారణం. అయితే ఈ కారణాలన్నింటిలోనూ డయాబెటిస్, హైబీపీ వల్లనే 70– 80 శాతం కిడ్నీవ్యాధికి దారితీస్తాయి.

ఎవరెవరిలో... ఎందువల్ల : చిన్నపిల్లల్లో సీకేడీ ఉందంటే అది జన్యుపరమైన జబ్బుల వల్ల వచ్చిందేమోనని చూడాలి. మధ్యవయసు వారిలోనైతే... ఇందుకు అదుపులో లేని డయాబెటిస్, అధిక రక్తపోటు కారణమని అనుమానించాలి.



డాక్టర్ కిరణ్ కుమార్ ముక్కు,
కన్సల్టెంట్ నెఫ్రాలజిస్ట్.

లక్షణాలు : వికారం / ఆగకుండా వాంతులు ◆ ఎప్పుడూ నీరసంగా ఉండటం, ◆ కాళ్లవాపులు, ◆ ముఖం వాపు, ◆ ఆకలి తగ్గడం ◆ ఊపిరి అందకపోవడం / ఆయాసం ◆ రాత్రివేళ మూత్రం కోసం ఎక్కువగా నిద్రలేవాల్సి రావడం, మూత్రం చుక్కలు చుక్కలుగా తక్కువగా రావడం, ◆ మూత్రంలో రక్తస్రావం... వంటి లక్షణాలు ఉంటాయి. ఇవన్నీ కిడ్నీలు 50 శాతం దెబ్బతిన్న తర్వాతే బయటపడవచ్చు.

చికిత్స : క్రమం తప్పకుండా డయాలసిస్ చేయించుకోగలిగినప్పుడు కిడ్నీ బాధితులు ఓ సాధారణ వ్యక్తి జీవించినంత కాలం జీవించవచ్చు. డయాలసిస్‌లో రెండు రకాలు. మొదటిది హీమో డయాలసిస్; రెండోది పెరిటోనియల్ డయాలసిస్.

హీమో డయాలసిస్ : ఇది యంత్రం ద్వారా రక్తాన్ని శుద్ధి చేసే ప్రక్రియ. వారానికి మూడు సార్లు రోజు విడిచి రోజు డయాలసిస్ కేంద్రానికి వెళ్లి చేయించుకోవాలి. ఈ ప్రక్రియకు నాలుగు గంటలు పడుతుంది.

పెరిటోనియల్ డయాలసిస్: ఇది ఇంట్లోనే చేసుకునే డయాలసిస్. దీన్నే 'కంటిన్యువస్ అంబులేటరీ పెరిటోనియల్ డయాలసిస్' (సీఏపీడీ) అని కూడా అంటారు.

కిడ్నీ మార్పిడి శస్త్రచికిత్స : కిడ్నీ తొంభై శాతం పాడైనప్పుడు మాత్రమే కిడ్నీ మార్పిడి శస్త్రచికిత్సను చివరి ఆప్షన్‌గా డాక్టర్లు సూచిస్తారు.



డయాలసిస్ ప్రతీకాత్మక చిత్రం

కిడ్నీలను పదిలంగా కాపాడుకోవాలంటే...



◆ డయాబెటిస్, హైబీపీ ఉన్నవారు కచ్చితంగా వాటిని నియంత్రణలో ఉంచుకోవాలి. మధుమేహం ఉన్నవారు మూడు నెలలకో సారి హెచ్‌బీఏ1సీ పరీక్షను చేయిస్తూ... రీడింగ్స్ 6.5 కంటే తక్కువగా ఉండేలా చూసుకోవాలి. హైబీపీ ఉన్నవారు తమ బీపీని 130/80 ఉండేలా జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి. ◆ రక్తంలో కొవ్వులు, కొలెస్ట్రాల్ పెరగకుండా జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి. ఇందుకు కొవ్వులు ఎక్కువగా ఉండే మాంసాహారం తక్కువగా తీసుకుంటూ... శాకాహారం, ఆకుకూరలను ఎక్కువగా తీసుకోవాలి. ◆ మన ఆహారంలో ఉప్పును చాలా తక్కువగా తీసుకోవాలి. ఉప్పు ఎక్కువ మోతాదులో ఉండే బేకరీ ఐటమ్స్, పచ్చళ్లు, అప్పడాలు, నిల్వ ఆహారాలకు దూరంగా ఉండాలి. ◆ ఆగ్జలేట్స్ ఎక్కువగా ఉండే గింజ ధాన్యాలు, సోయా బీన్స్, చాక్లెట్ల వంటి వాటిని తగ్గించాలి. ◆ క్యాల్షియం సప్లిమెంట్లను కూడా తగిన మోతాదులో ఉండేలా చూసుకోవాలి. అలాగే క్యాల్షియం సిట్రేట్‌కు కిడ్నీలో రాళ్లు ఏర్పడకుండా నివారించే లక్షణం ఉంది. నిమ్మజాతి పండ్లు, ఆరెంజ్ జ్యూస్ వంటివాటివి డాక్టర్ల సూచనల మేరకు తీసుకోవాలి. ◆ అధిక బరువు ఉన్నవారు బరువు తగ్గించుకోవాలి. ◆ పొగతాగడం పూర్తిగా మానేయాలి. ◆ ఆల్కహాల్ వల్ల ఎక్కువసార్లు మూత్రవిసర్జనకు వెళ్లాల్సి వస్తుంది. దాంతో దేహంలో నీళ్లు తగ్గి డీహైడ్రేషన్‌కు గురవుతాయి. ఇవి మూత్రపిండాల్లో రాళ్లు ఏర్పడడానికి అవకాశమిస్తుంది. కాబట్టి ఆల్కహాల్ పూర్తిగా మానేయాలి. కూల్‌డ్రింక్స్‌కూ దూరంగా ఉండటం మంచిది. ◆ ఏవైనా మందులు లేదా విష పదార్థాలు ఒంట్లోకి రాగానే వాటిని విరిచేసి, వడపోసి బయటకు పంపే బాధ్యతలు కాలేయం, కిడ్నీలవే. నొప్పి నివారణ మందుల వంటి కొన్ని ఔషధాలు దీర్ఘకాలంలో కిడ్నీలను దెబ్బతీసే అవకాశం ఉన్నందున డాక్టర్ సలహాలు, సూచనలు లేకుండా ఏ రకమైన 'ఓవర్ ద కౌంటర్ డ్రగ్స్' వాడకూడదు. ◆ మూత్రం ఇన్ఫెక్షన్స్‌ని సరైన పద్ధతిలో, సరైన మందులతో, సరైన సమయంలో వైద్యం చేయించుకుని, పూర్తిగా తగ్గేలా చూసుకోవాలి.

